

Sobre Nosotros: ¿Qué Hacemos y Cómo Podemos Ayudar?

¿Por qué 80.000 horas?

Tienes unas 80.000 horas de trabajo a lo largo de tu carrera: 40 años x 50 semanas x 40 horas. Si quieres tener un impacto positivo en tu vida, la carrera que elijas es probablemente la mejor oportunidad para conseguirlo.

Eso significa que vale la pena pensar detenidamente en cómo utilizar este tiempo de la manera más eficaz. Si puedes hacer que tu carrera tenga un 1% más de impacto (signifique lo que signifique para ti), teóricamente valdría la pena dedicar hasta 800 horas a averiguar cómo hacerlo.

Nuestro objetivo es ayudarte a averiguar cómo puedes aprovechar mejor tus 80.000 horas para ayudar a los demás, y a actuar sobre esa base.

Creemos que puedes aumentar tu impacto en mucho más del 1%, y te llevará mucho menos de 800 horas.

Para saber más sobre por qué creemos que la elección de tu carrera es la decisión ética más importante que tomarás en tu vida, y por qué pensamos que probablemente puedes tener mucho más impacto con tu carrera, [empieza aquí](#).

¿A Qué Nos Dedicamos?

80.000 Horas ofrece investigación y apoyo para ayudar a estudiantes y profesionales a cambiar a carreras que aborden eficazmente los problemas más apremiantes del mundo.

Somos una organización sin ánimo de lucro respaldada por “Y Combinator” y financiada por [donaciones filantrópicas](#), y todo lo que ofrecemos es gratuito.

Lo que ofrecemos:

1. Nuestras guías en línea, que abarcan nuestras [Ideas Clave](#), como por ejemplo cómo comparar carreras en términos de impacto, [qué problemas globales son más urgentes](#), [ideas para nuevas trayectorias profesionales de alto impacto](#) y [cómo hacer un plan de carrera](#).
2. Nuestro [pódcast](#): entrevistas en profundidad sobre los problemas que más preocupan al mundo y cómo puedes ayudar a resolverlos
3. Nuestra [bolsa de trabajo](#) - con oportunidades actuales para trabajar en problemas grandes y desatendidos y desarrollar habilidades

4. [Asesoramiento personalizado](#), que ayuda a nuestros lectores más comprometidos a adentrarse por los caminos que más les convienen, ayudándoles a elaborar un plan individual, presentándoles mentores, puestos de trabajo y financiación.

¿Cómo Empezamos?

80.000 Horas comenzó en 2011 cuando nuestros fundadores, [Ben](#) y [Will](#), estaban a punto de graduarse en Oxford, y se preguntaban qué hacer con sus propias carreras.

Como muchos, querían una carrera que fuera satisfactoria, que pagara las facturas y que hiciera una contribución valiosa a la sociedad, pero no sabían qué camino tomar.

El consejo habitual parecía ser hacerse profesor, médico o trabajador humanitario, pero no les parecía lo más adecuado. ¿Deberían dedicarse a la investigación? ¿Unirse a una agrupación política? ¿O alguna otra cosa?

No parecía que los consejos profesionales existentes trataran siquiera de responder a esta pregunta, así que Ben y Will empezaron a investigar por su cuenta.

Presentaron sus primeras ideas en una conferencia en febrero de 2011 y, para su sorpresa, varias personas del público decidieron cambiar totalmente sus planes profesionales. Y varios les pidieron que crearan una organización.

Inspirados por esta reacción, se formó un equipo y 80.000 Horas se puso en marcha como un proyecto a tiempo parcial en 2011.

Nuestro objetivo desde el principio ha sido ofrecer el asesoramiento que nos gustaría haber tenido: en profundidad, basado en [la mejor investigación disponible](#) y tomando en serio la cuestión de cómo hacer el mayor bien posible.

Nuestra idea era que si podíamos ayudar a un par de personas a encontrar carreras de alto impacto, eso sería como un multiplicador de lo que podríamos lograr nosotros mismos.

Contratamos a un equipo a tiempo completo en 2012, y desde entonces hemos hablado con cientos de expertos, leído la literatura relevante que hemos podido encontrar, y llevado a cabo nuestros propios análisis de muchas carreras. Más de 1.000 personas nos han dicho que han cambiado a trayectorias de mayor impacto gracias a nuestros consejos.

Aún nos queda mucho por aprender y [hemos cometido algunos errores](#), pero esperamos que compartiendo lo que hemos aprendido, podamos ayudar a acelerar el viaje de nuestros lectores hacia una carrera de alto impacto y, de ese modo, ayudar a resolver los problemas más urgentes del mundo.

Lee más sobre nuestro progreso cada año en nuestras [revisiones anuales](#). También puedes escuchar a Ben contar la historia de nuestra fundación en [este](#) pódcast.

¿Qué impacto ha tenido 80.000 Horas hasta el momento?

Hasta junio de 2022, hemos tenido millones de lectores en nuestro sitio web, contamos con 200.000 suscriptores a nuestro boletín y hemos asesorado de forma personalizada a más de 2.500 personas.

Más de 1.000 personas nos han dicho que, gracias a nuestra colaboración, han cambiado significativamente sus planes profesionales y esperan tener un mayor impacto social.

También hemos sido uno de los mayores impulsores del crecimiento de la [comunidad del altruismo eficaz](#).

Cassidy Nelson



Cassidy era médico en Australia en 2016, cuando se dio cuenta de que su formación médica podría aprovecharse aún mejor en la prevención de pandemias, debido a la sociedad global del tema y al relativo olvido por parte de la sociedad. Solicitó un máster en salud pública, y a partir de ahí pudo acceder a un doctorado en bioseguridad en Oxford. Cuando estalló el COVID-19, estaba preparada para [asesorar al gobierno del Reino Unido](#) sobre la política de control del COVID-19, así como para prevenir una próxima pandemia, potencialmente mucho peor.

[SEGUIR LEYENDO](#)

Brian Tse



Brian empezó a leer sobre la importancia de las tecnologías emergentes en 2015 y habló con nuestro equipo poco después. Tras trabajar en una startup en Pekín y en la banca de inversión y aprender progresivamente más sobre el área, se dio cuenta de que su formación bilingüe podría ayudarle a posicionarse para facilitar la comunicación entre empresas chinas y estadounidenses sobre la [seguridad de la IA](#). Brian se convirtió en investigador del Instituto del Futuro de la Humanidad de Oxford y ahora dirige una consultora independiente que asesora a organizaciones chinas y occidentales sobre la seguridad y la gobernanza de las tecnologías transformadoras.

[SEGUIR LEYENDO](#)

Las personas con las que hemos trabajado han ayudado a:

- Desarrollar los campos de investigación en torno a la alineación de la IA, las pandemias catastróficas y las prioridades globales.
- Construir el movimiento del altruismo eficaz.
- Prometer decenas de millones de dólares para intervenciones que salvan vidas en el mundo en desarrollo.

Entre ellos hay personas que trabajan en la Casa Blanca, académicos prometedores, fundadores de nuevas organizaciones sin ánimo de lucro y filántropos.

Más de 500 lectores se han comprometido a donar el 10% de sus ingresos a obras benéficas a través de nuestra organización hermana, [Giving What We Can](#). (Aportando lo que podemos)

Más formalmente, evaluamos nuestro impacto haciendo un seguimiento del número de cambios significativos en los planes de carrera que provocamos. Encontrarás más información sobre cómo evaluamos nuestro impacto en nuestros [informes anuales](#).

¿Cuál es Nuestra Visión y Nuestro Plan de Futuro?

Mucha gente quiere marcar la diferencia¹, pero la mayoría de los consejos profesionales ni siquiera abordan la cuestión de qué trayectorias profesionales tienen mayor impacto, por lo que no consiguen tenerlo tanto como podrían.

Nuestro objetivo es convertirnos en la mejor fuente de asesoramiento y apoyo para estudiantes y recién licenciados que priorizan el impacto, ayudándoles a encontrar carreras satisfactorias que satisfagan su potencial para contribuir al mundo.

Con ello, nuestro objetivo último es conseguir que la próxima generación de líderes se enfrente a los mayores y más desatendidos problemas del mundo, como el alineamiento AI, la investigación de prioridades globales, la prevención de pandemias catastróficas, y los demás que enumeramos [aquí](#).

En los próximos años, nuestro objetivo es llegar a todos los jóvenes que esperamos que encuentren más útil nuestro asesoramiento actual, y duplicar nuestro equipo hasta 30 empleados a tiempo completo.

Con ello, queremos duplicar, como mínimo, el número de personas a las que ayudamos a cambiar de carrera, de 250 a 500 al año. Esto nos convertiría probablemente en la mayor fuente de talento que trabaja en los temas cruciales y desatendidos antes mencionados.

A partir de ahí, nos gustaría ampliar nuestro enfoque para incluir a personas mayores y jóvenes, personas de países de habla no inglesa y personas que aún no están tan enfocadas en el impacto como nuestro público actual.

En última instancia, nos gustaría suscitar un debate mundial sobre la mejor manera de utilizar las carreras profesionales para ayudar al mundo, e inspirar a más personas a seguir este camino.

Queremos que la nueva norma sea que todo aquel que tenga el privilegio de tener opciones en su carrera se pregunte: “¿Qué problemas mundiales son más urgentes? ¿Y cómo puedo aprovechar mejor mi carrera para abordarlos?”.

Puedes consultar información mucho más detallada sobre nuestros avances y nuestros planes para los próximos años en nuestros [informes anuales](#).

¿Cómo nos financiamos?

Somos una organización sin ánimo de lucro financiada por [donantes particulares](#) y [fundaciones filantrópicas](#). Nuestros donantes nos dan dinero para que podamos ayudar a personas como tú

a tener un mayor impacto positivo. No hemos aceptado publicidad ni patrocinio corporativo, por lo que nuestro asesoramiento es completamente independiente.

¿A quién va dirigido nuestro asesoramiento?

Nuestro objetivo es hacer todo lo que podamos para ayudar a resolver grandes problemas desatendidos. Dada nuestra capacidad limitada, tenemos que dar prioridad a los públicos con los que trabajamos, así como a las trayectorias profesionales y los temas que tratamos, para marcar la mayor diferencia positiva posible.

Nuestro asesoramiento se centra en las personas que tienen el privilegio de poder elegir a qué dedicar su carrera profesional, y la seguridad y capacidad de hacer de la ayuda al mundo uno de sus principales objetivos.

Nos centramos especialmente en los estudiantes universitarios y profesionales que viven en países ricos como EE. UU. o el Reino Unido que quieren adoptar un enfoque analítico para hacer el bien, en parte porque es el público que mejor conocemos.

Algunos de nuestros recursos, como nuestra lista de trayectorias profesionales prioritarias y el [asesoramiento individualizado](#) - donde tenemos una capacidad especialmente limitada —, están dirigidos a personas inusualmente ambiciosas y de alto rendimiento, porque esto nos permite conseguir mucho, aunque solamente trabajemos con un número reducido de personas.

Sin embargo, los principios básicos que abordamos, como en nuestro [asesoramiento sobre planificación profesional](#), se aplican a cualquier persona que quiera hacer del impacto una prioridad. También esperamos ampliar nuestro público con el tiempo.

Si no puedes cambiar de profesión en este momento, consulta nuestros [consejos sobre cómo tener un gran impacto sin cambiar de trabajo](#), a través de la promoción, el compromiso político y las donaciones.

Mucha gente no está en condiciones de dedicar tiempo al impacto social, y mucho menos de convertirlo en un objetivo importante, y eso está bien; también tenemos muchas prioridades en la vida, además del impacto. Pero si es tu caso, esperamos poder ayudarte.

Más información en [consejos sobre cómo interpretar nuestros consejos](#).

¿Quién forma parte del equipo?

Ben es presidente de 80.000 Horas. Will es ahora profesor en Oxford. Trabaja con él Instituto de Prioridades Globales, y preside nuestro consejo. También contamos con un equipo a tiempo completo de más de 15 personas. Puedes leer sobre ellos y algunos de nuestros asesores de investigación en la [página de nuestro equipo](#).

¿Con qué socios trabajamos?

- 80.000 Horas es un proyecto del [grupo Effective Ventures](#) [Emprendimientos Eficaces], que engloba a Effective Ventures Foundation y Effective Ventures Foundation USA, Inc. que son dos entidades jurídicas independientes que trabajan juntas.
- Estamos afiliados al [Global Priorities Institute](#) [Instituto de Prioridades Globales] de la Universidad de Oxford, que lleva a cabo investigaciones académicas fundamentales sobre cómo hacer el mayor bien posible, lo que sirve de base a [nuestra lista de problemas globales](#).
- También estamos afiliados al [Future of Humanity Institute](#) [Instituto del Futuro de la Humanidad] de la Universidad de Oxford, que investiga los mayores problemas a los que se enfrenta la humanidad.
- Consulta la lista de [nuestros asesores externos](#).
- Formamos parte de la [comunidad del altruismo eficaz](#).

- En 2015, [asistimos a Y Combinator](#), una de las principales aceleradoras de startups del mundo.

Nuestros valores culturales

Nos proponemos defender los siguientes valores en el desempeño de nuestro trabajo:

1. **Impacto ambicioso a largo plazo** - ¿Nos convertirá una determinada acción o enfoque en la mejor fuente de asesoramiento profesional del mundo para personas que quieren maximizar su impacto positivo?
2. **Una mentalidad modesta y científica** - ¿Por qué podrían estar equivocadas nuestras opiniones?
3. **Apertura y honestidad**: Transparencia como virtud predeterminada, y tomar las decisiones sin avergonzarse por ellas.
4. **Concentración** - decir no a todo lo que no sea la máxima prioridad, luego obsesionarse.
5. **Diversión y amabilidad**: di lo que es verdad, amable y necesario (pero también divertido).
6. **Autocuidado y crecimiento personal**: no te olvides del largo plazo.
7. **Consejos excepcionalmente bien fundamentados**: ir un paso demasiado lejos.

[Leer más](#)

Diversidad e inclusión

Nos esforzamos por ser un lugar de trabajo en el que prosperen personas de distintos orígenes. Esto incluye razas, identidades de género, orientaciones sexuales, nacionalidades y más.

Reconocemos que, debido a la opresión y la desigualdad históricas y continuas, esto requiere un esfuerzo sostenido. A menudo no estamos seguros de cómo hacer que nuestros sistemas, contenidos y políticas sean más equitativos e inclusivos, por lo que solicitamos regularmente la opinión no solo de los miembros de nuestro equipo actual, sino también de la Effective Ventures Foundation (nuestra organización matriz), el Centre for Effective Altruism (CEA, Centro para el Altruismo Eficaz por sus siglas en Inglés) y asesores externos con experiencia en la materia.

También apoyamos [la postura del CEA sobre la diversidad y la inclusión](#) en la comunidad del altruismo eficaz y dentro de las organizaciones.

¿Cómo puedes participar?

- Para conocer nuestros consejos, lee sobre nuestras [ideas clave](#)
- Para estar al día de las nuevas investigaciones, [suscríbete a nuestro boletín](#).
- Descubre cómo conocer a gente [de nuestra comunidad](#).
- Suscríbete a las [actualizaciones trimestrales sobre nuestro progreso como organización](#).²

Notas y referencias

1 - Es difícil encontrar datos sobre la proporción exacta de personas que quieren marcar la diferencia, pero está claro que es una prioridad importante para mucha gente. Por ejemplo, en [una encuesta de Net Impact](#), el 31% de los encuestados afirmó que marcar la diferencia era "esencial" en su elección de carrera, y el 45% afirmó que aceptaría un recorte salarial del 15% para marcar más la diferencia. En una encuesta de The Guardian, más del 70% de los encuestados afirmaron que las consideraciones éticas eran "cruciales" a la hora de elegir un empleador. En una encuesta de la [Universidad de Bentley](#) *Millennials en el Lugar de Trabajo*, el 84% declaró que "saber que estoy ayudando a marcar una diferencia positiva en el mundo es más importante para mí que el reconocimiento profesional." [Una encuesta realizada a millennials por Global Tolerance](#) descubrió que "el 42% de los individuos... quiere trabajar para una organización que tenga un impacto positivo en el mundo". Un trabajo significativo que beneficie a los demás es más importante que un salario alto para el 44% de los encuestados. Al mismo tiempo, la gente suele estar insatisfecha con los consejos existentes. Por ejemplo, en una [encuesta realizada en 2009 por el British Youth Council](#), el 80% de los jóvenes de entre 12 y 26 años afirmaron que el asesoramiento profesional formal les resultaba "poco" o "nada" útil.

2 - Para suscribirte a nuestras actualizaciones, haz clic en el botón "Pedir unirse al grupo" en la parte superior de nuestro [Grupo de Google](#).